

令和7年度 高千穂町中央公民館前期講座の受講生を募集します。
募集期間：令和7年4月30日(水)～令和7年5月10日(土)
申込み先：高千穂町中央公民館 ☎0982-72-7219

※応募多数のときは、抽選となります。
また、受講料は単回ではなく、1 講座の
受講料です。初回納入となります。

①**クラフトバンド教室**(定員12名)
講師：田原 智恵子 先生
日時：5/22 (木)、6/5 (木)、6/19 (木)、
7/3(木) 10時～12時
場所：中央公民館
受講料：800円
材料代：3000円
クラフトバンド(紙バンド)で手提げ
バッグを作ります。お出かけ用の手ごろ
なサイズです。

④**健康麻雀教室**(定員12名)
講師：興梠 高彦 先生
日時：6/6 (金)、6/13 (金)、6/20 (金)、
6/27(金) 10時～12時
場所：中央公民館
受講料：800円
書籍代：858円(新規の方)
今、話題になっている健康麻雀で、
脳トレ(頭の体操)してみませんか？
初心者でもOKです。

⑦**料理教室**(定員15名)
講師：坂本 佐代美 先生
日時：6/3(火)、6/17 (火)、7/1 (火)、
7/15(火) 10時～12時
場所：中央公民館
受講料： 800円
材料代：2000円
夏野菜などの食材をふんだんに使っ
たおいしい料理をつくります。

⑩**ガーデニング教室**(定員20名)
講師：甲斐 ヨシ子 先生
日時：5/19 (月)、6/16 (月)
10時～12時
場所：中央体育館前庭
受講料： 400円
材料費：2000円
季節の花を揃えた鉢植え作りや園芸
の知識を教えます。

②**山野草教室**(定員8名)
講師：興梠 幸男 先生
日程：7月中旬～下旬(参加者には
別途通知します。) 9時30分～12時
場所：鳥屋岳(押方芝原地区)
受講料：200円
環境整備費：500円
押方地区の鳥屋岳に自生している
キレンゲショウマの観察に行きます。森
林浴も楽しめます。

⑤**ギター教室**(定員10名)
講師：佐藤 和典 先生
日時：5/24 (土)、6/7 (土)、6/21 (土)、
7/5(土) 10時～12時
場所：中央公民館
受講料：800円
※ギター貸し出し2本あり
クラシック、映画音楽、童謡、歌謡曲
など弾いてみたい曲を教えます。初心者
の方もどうぞ。

⑧**里歩き教室**(定員20名)
講師：南條 良夫 先生
日時：5/29 (木)、6/19 (木)、7/10 (木)
9時～12時
集合場所：中央公民館
受講料：600円
各地区の歴史の話や史跡等を見学
しながら、ゆっくり歩きます。
第1回目は下野西地区の予定。

⑪**防災教室**(定員15名)
講師：防災士
日程：別途、防災無線でお知らせします。
時間：10時～12時
場所：中央公民館
受講料：無料
近年、災害が多発しているなか、対
策や心構えなど予備知識を学習しませ
んか？お役立ち情報満載です。

③**健康太極拳教室**(定員15名)
講師：飯干 キク子 先生
日時：5/30 (金)、6/13 (金)、6/27 (金)、
7/11(金)
10時～11時30分
場所：中央体育館サブコート
受講料：800円
両手、両足を別々に動かす太極拳は、
認知機能の強化に役立ちます。
腹式呼吸法で一緒に頑張りませんか。

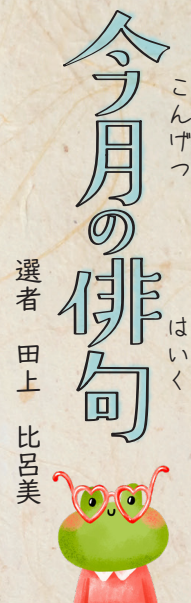
⑥**ヨガ教室**(定員12名)
講師：児玉 愛里 先生
日時：5/26 (月)、6/23 (月)、7/28 (月)
10時～12時
場所：中央公民館
受講料：600円
運動量も少なく、ゆったりとしたやさしいヨ
ガですので、初心者の方も安心して受講いた
だけます。日頃頑張っているご自身の心と身
体にヨガの時間をプレゼントしてくださいね。

⑨**ハンドメイド教室**(定員10名)
講師：下鶴 エミ 先生
日時：6/4 (水)、6/18 (水)、7/2 (水)
7/16(水) 10時～12時
場所：中央公民館
受講料：800円
ご自宅のたんすに眠っている着物で、
簡単な着物リメイクワンピースかコートを作
ります。

作品募集!
中央公民館 BOX ギャラリー
中央公民館のロビーには誰でも自分
の作品を展示できる「BOXギャラリー」
を設置しております。
【出前講座のご案内】
町内の各団体の学習のために、講師
を派遣いたします。お気軽にお問合せ
下さい。

今月は、小学校2校から、
27句の作品が寄せられました。

押方小6年 戸高 景 けい	進級し レベルUPで 6年に	押方小6年 佐藤 美月 みづき	もも色の きれいなシートで お花見だ	押方小5年 平嶋 稟主夢 りずむ	進級だ クラスが変わって ランクアップ	押方小5年 飯干 里穂 りほ	進級で 次の教室 まちがえた
田原小6年 田上 愛望 あいみ	花が咲き 笑顔も満開 新学期	田原小6年 高野 世那 せな	風に乗り 空を飛ぶ様 桜花	田原小6年 佐藤 結香 ゆいか	さくらさく 田原に笑顔 ふりそそぐ	田原小5年 戸高 悠人 はると	進級し 気持ち新たに がんばるぞ



2009年4月からこれまで「今月の俳句」の選句を務めていただいた佐藤 守さん(山附)が先月をもって退任されました。16年の長きにわたりありがとうございました。

今月から、宮崎県俳句協会副会長の田上 比呂美さんをお願いすることになりました。

田上さんのプロフィール

○経歴

昭和31年生まれ(高千穂町三田井神殿出身)
平成14年鷹俳句会入会(主宰藤田湘子に師事)
平成17年藤田湘子逝去により主宰小川軽舟に師事

○現在の役職

鷹同人・俳人協会会員・宙俳句会代表
宮崎県俳句協会副会長・事務局長
宮崎県芸術文化協会評議員・宮崎市芸術文化連盟監事
宮日学園俳壇選者
宮日カルチャーMRTミック教室俳句講師
佐土原交流センター俳句教室講師(2)
西都市働く婦人の家俳句教室講師

○主な受賞歴

平成22年宮崎日日新聞・文芸俳壇賞を受賞
平成23年みやざき文学賞俳句部門一席を受賞
平成26年みやざき文学賞俳句部門一席を受賞
令和4年度宮崎市芸術文化奨励賞受賞

○句集『休暇明』(きゅうかあけ)

田上です
よろしくお願ひします。

